// HERMES

JORNAL DOS ALUNOS DA UNIVERSIDADE SÉNIOR DE GONDOMAR
ANO 4 · NÚMERO 19 · NOVEMBRO 2024

Editorial

— António Braz
Presidente do Conselho Diretivo da U.S.G.

Caros Alunos e Professores,

A pouco mais de um mês do início do ano letivo 2024/2025, já é grande o dinamismo que se faz sentir nesta Universidade. Paralelamente às aulas que têm decorrido a bom ritmo, também foram retomados dois dos projetos que muito têm contribuído para que a USG abra as suas portas a toda a comunidade.

Refiro-me ao ConVida, que teve como convidado José Alberto Rio Fernandes, e a Tertúlia de Poesia, que se realizam no último sábado de cada mês. O primeiro encontro poético deste ano letivo contou com a música do trio Salazar Ferreira, José Pereira e Nelson Pinto.

Mas até ao final do ano de 2024 várias iniciativas estão programadas, nomeadamente, os workshops sobre Saúde Respiratória, com a equipa médica da RUTIS (dia 15 de novembro) e com a Polícia de Segurança Pública (dia 29 de novembro). Tenho a certeza que serão dois momentos importantes em termos de informação e sensibilização.

Aproveito ainda para agradecer a todos os alunos e professores que participaram e colaboraram na iniciativa Outubro Rosa. A solidariedade e partilha são palavras que fazem parte desta grande família que é a Universidade Sénior de Gondomar.

Que assim continuemos com esta vitalidade.

Bem-haja!

Férias? Bolas! Nunca mais chegavam!

— Milú Almeida

A chamada "fábrica da felicidade", as aulas, as atividades, os passeios, as festas, o ConVida, as Tertúlias de Poesia e tantas outras coisas, trabalhos e gostos que fazem parte do dia-a-dia, cansaram ... Há que fazer as malas ... e seguir viagem, rumo ao Algarve, no início do mês de Julho, esperando ter sol, praia, descanso, jantares e passeios sem recato nem horário.

Está bem, está! À impaciência da hora da partida, chegou a inquietação e o desassossego. O frenesim teve de acalmar-se, e o coração também ... Como se não bastasse, por cá, o nosso bicho de estimação necessitou de ser operado. Tinha no lombo o pico de uma planta que entra na pele em forma de anzol, e claro, não sai e provoca infeção. Longe de casa e com a saúde tremida, na minha mente a poesia rebentou, feita louca!

E então a leitura, ah! essa fez-me imensa companhia. Já tinha saudades de me dedicar assim à leitura! A praia ficou fora de questão, mas a piscina recebeu-nos, assim como o relvado e as cadeiras, as boias da criançada – flamingos cor-de-rosa, crocodilos, jacarés, colchões, unicórnios e barcos – e os estrangeiros "pele vermelha" a comer gelados, a beber cervejas, a chamar os putos, a fazer algazarras que incomodavam muito, ao mesmo tempo que ajudavam a passar as horas.

A televisão estava marada, coitada! Ou falhava o sinal, ou aparecia aos riscos e ziguezagues, irritando solenemente. Habituada a ter vários canais à escolha, agradeci a calmaria das 23 horas em diante e a existência da RTP Memória para descansar da leitura e da escrita e rever um pouco da série portuguesa "Conta-me como foi".

Num ápice, li a "Amiga Genial" e fiquei deslumbrada! E agora? Dizia para mim mesma: tens mais 4 livros para ler e cadernos de "Abre-te Cérebro" para fazer. - Pois é, mas agora a fasquia ficou muito alta! Devia ter deixado a Elena Ferrante

para o fim … Li os outros 4 livros quase por obrigação; o interesse foi diminuto, mas havia que matar o tempo e ajudar o sono a chegar. Nos cadernos, nem peguei.

Os dias foram passando, as melhoras chegando e com o regresso a casa, houve consultas, exames e alguns gastos inesperados. Mas tudo bem, é o que interessa. Ainda nesse mês, fomos a um jantar de amigos em que a cabidela foi a rainha da festa. Saímos de lá, cheios, satisfeitos e felizes.

E o mês de Agosto – o "meu" mês – chegou. Felizmente estava tudo a correr pelo melhor. Comecei a contar, como é habitual, os dias que faltavam para a minha festa, embrulhadas nas minhas maluquices e diabruras normais.

No meu dia de aniversário, houve festa de arromba, porque havia muita coisa a festejar! Vieram os filhos, os netos e outros familiares, amigos e amigas especiais, uns mais novos outros menos, mas foi lindo ter tanta gente em casa, à minha volta. Os bolos, o champanhe, os cânticos e os brindes, foram feitos lá fora, no terraço. E foi semelhante algazarra que, na vizinhança, todos ficaram a saber que houve festa cá em casa. Basta a minha "genra" ligar o seu vozeirão para o "aaaaaferriaa" ser ouvido bem longe!

A festa durou até ao início do dia seguinte, já mais calma, claro está, e com menos gente. O panelão do caldo verde ficou por servir! E, vejam lá, não sei porquê, alguém que sentia imensa vontade de o comer, não teve coragem de o pedir. Andou mais de uma semana a sonhar com o caldo! A minha filha levou, para o IPO, uma alegria: o resto do meu bolo de aniversário, o preferido da família e das colegas dela …

No dia seguinte, soubemos que nasceu o Francisco, um valente rapagão muito desejado e que, se Deus quiser (e há de querer!), terá uma vida muito longa, saudável, boa, linda e feliz.

E, passada uma semana, apareceu outro motivo para festejar: o meu livro "Despertar de Momentos" chega-me à mão. Que felicidade!

O meu livro chegou cá a casa no dia em que ocorreu a primeira super lua cheia, ou lua azul (para mim, pois está claro, que adoro a cor azul), deste ano. É caso para dizer: o meu mês e o meu livro foram tocados pelos astros …

Tomei-lhe o cheiro, sinto-o pelo toque, o coração explodiu de alegria e emoção. Nesse dia, fiquei como que hipnotizada! No dia seguinte (apenas …) pensei e fiz as primeiras dedicatórias e os primeiros autógrafos e nem vos consigo explicar a comoção e o nervoso miudinho que me assaltou!

Entretanto, começaram os encontros no café com as amigas, encontros esses que sabem e fazem bem, muito, muito bem. Simultaneamente, começaram os planos para efetuar o lançamento do meu livro na Universidade Sénior de Gondomar, no dia 13 de Setembro, pelas 21:30 horas. Quando dei conta, estava a fazer parte da agenda cultural de Gondomar, para o mês de Setembro …

No último domingo deste "meu" mês, houve "Poesia na Rua" no Café do Parque Urbano e, assim, houve o reencontro com alguns amigos e colegas da USG. Imperou o "Principezinho", a poesia e a boa disposição!

De seguida, alguns de nós almoçamos por ali e, da parte da tarde, fomos ver a Feira do Livro e, aí, apoiar a nossa professora de Literatura e amiga, aquando da sessão de autógrafos (uma delas, que ela teve muitas …) de um dos seus livros.

Ontem, último dia de Agosto, a noite foi dedicada ao teatro que decorreu no Auditório Municipal: "Another Day in Paradise", uma peça que alerta para o trabalho (milenário, não reconhecido nem remunerado) das donas de casa que, ainda hoje, são consideradas como pessoas que não trabalham!!!

Em termos atmosféricos, estes dois meses passados foram quentes e para quem gosta de calor e sol como eu, uma maravilha. Em termos literários, a USG pode orgulhar-se de ter sido uma "fábrica de autores".

Ainda falta mais de um mês para começar o novo ano letivo, mas já há muitos planos para preencher o mês de Setembro.

Aqui a Milú Almeida, vai também estar presente na Feira do Livro, para a sessão de autógrafos, no dia 8, pelas 15 horas. Depois, o lançamento do meu livro na USG, vai ser uma festa!!!

Pelo meio e o fim, há almoços, encontros e passeios já planeados e, portanto, parece-me que vai ser um mês em cheio!

Até lá, vamo-nos vendo … e falando.

O Passeio à Régua

— M. Cecília Santos

Finalmente, o dia 5 de setembro! E chegou, depois de algumas vicissitudes, para todos os que não tiveram lugar no primeiro passeio ao Tua.

Na sede da USG, recebidos pela simpatia e entusiasmo da nossa Geninha, fomos entrando no autocarro da CMG e assim chegámos ao nosso primeiro destino, a Estação de Campanhã.

Linha 7, repetiam alguns. Esperando que o comboio se aproximasse, e com todos os cuidados devidos, entramos na carruagem procurando um lugar (o lado direito junto à janela estava quase completo, pois permitiria facilmente observar o Rio Douro e as suas encostas), logo, logo nos sentamos calmamente. De repente, alguém comentava que conhecia a Régua e que gostava de ir ao Tua, mas já que se tinha inscrito acabou por não desistir. Este foi o tema mais referido mal o comboio começou a sua marcha. No entanto, a alegria da viagem, as conversas que aproximaram pessoas até então aparentemente desconhecidas e a certeza de que seria feita uma visita a uma quinta na Régua, e saboreando antecipadamente os famosos e tradicionais rebuçados e de se imaginarem a degustar um aperitivo branco seco de vinho do Porto, o entusiamo natural ao verem as diversas paragens do comboio em estações pouco conhecidas e de azulejos revestidas, acabou por fazer dissipar a desilusão inicialmente sentida.

Mesmo (re)conhecendo o percurso não há dúvida de que o nosso património natural e tão bem preservado será sempre visto como se de uma primeira vez se tratasse, já que a nossa atenção incide em aspetos anteriormente não contemplados, logo serão, grosso modo, uma novidade emocionante para qualquer um de nós.

Chegamos à Estação da Régua.

- Menina, (é sempre bom ser chamada de menina!) não quer comprar rebuçados, 1 euro um saquinho? Que nostalgia, sentimos nós, da nossa querida mãe que nos presenteava com um saquinho de rebuçados sempre que vinha da Régua!...

E lá fomos até à Quinta de S. Domingos, calcorreando apenas alguns metros e vivendo a "aventura" de atravessar a linha do comboio. Fomos muito bem acolhidos na visita à adega por uma jovem (com a voz bem colocada) que nos elucidou acerca das diferentes vertentes de produção e armazenamento do vinho. Seguidamente, foi-nos dado a provar um cálice de um branco seco como aperitivo, ao mesmo tempo que se podia visualizar e ouvir o então jovem Joel Cleto explicando os porquês de tão famosa bebida.

O almoço para 120 pessoas foi servido numa tenda no espaço exterior da Quinta. Convirá dizer, de acordo com a organização, que houve muito pouco tempo para assegurar a refeição para tão grande número de convivas. É que, como sabemos, por muito que tenhamos críticas a fazer, nunca é fácil para a organização gerir espaços e pessoas de modo a agradar a todos.

Posteriormente, houve música pelo grupo da US das Medas. Seguiram-se as compras de vinhos e afins, antecipando-se futuras datas festivas. Por fim a descoberta de um soberbo miradouro com uma vista privilegiada para a cidade, rio e pontes.

E regressamos ao comboio. Esperávamos chegar à Estação de Campanhã pelas 19h, aproximadamente. Mas, aconteceu o inesperado! Uma greve à última hora de trabalho dos "recolocadores", (se bem entendemos) e, por isso mesmo, fomos todos apeados na Estação de Ermesinde. - Mas que chatice! Até que fomos informados de que faríamos o resto do percurso no autocarro da CMG.

E o passeio terminou bem! Ficou o lado positivo e aventureiro desta visita e do inesperado encontro com mais duas US (Rio Tinto e Medas), porque o que se afigura mais relevante é saber ultrapassar as dificuldades, sejam elas da nossa responsabilidade ou não.

Grande Passeio Histórico

Durante os dias 3, 4 e 5 Outubro, fomos uma vez mais à descoberta do nosso território

No dia 3, a USG teve a oportunidade de visitar a histórica vila de Belver. O passeio começou pelo fascinante Museu do Sabão, onde os alunos puderam aprender sobre a arte e a tradição envolvidas na produção deste produto tão querido. A visita ao museu foi enriquecedora, proporcionando aos estudantes uma nova perspectiva sobre a história local e a importância cultural do sabão na região.

Após explorar o museu, o grupo seguiu para o imponente Castelo de Belver, uma fortificação que remonta à Idade Média. A subida até o castelo foi recompensadora, com vistas deslumbrantes sobre a paisagem circundante.

Seguiu-se a encantadora cidade de Portalegre com o seu vasto património.

Os nossos alunos tiveram a oportunidade de explorar a beleza e a história desta região, onde visitamos o Convento de Santa Clara, a impressionante Catedral de Portalegre, um testemunho da riqueza arquitectónica e cultural da cidade. Acompanhados por uma guia excecional, Dra. Emilia Silva (onde desde já agradecemos pela visita guiada), pudemos aprender sobre a história da catedral e apreciar os seus detalhes artísticos. Após a visita ao templo, seguimos para o Museu Municipal, onde fomos apresentados a uma vasta coleção de arte e artefactos que ilustram a herança e as tradições da área.

Olivença não foi esquecida e fez parte do programa de visitas.

A cidade de Elvas com o forte de Graça, Património Mundial da UNESCO, proporcionou um olhar atento e cuidado.

Os guerreiros, resistentes e fortes ainda foram fazer uma caminhada pela noite de Elvas. Com as barrigas cheias e o espírito de aventura em alta, lá foram eles, como se estivessem marchando para o campo de batalha.

No final, a única coisa que realmente conseguiram conquistar foram algumas risadas e um caminho de volta até o hotel, onde a verdadeira vitória seria conquistar a cama e o merecido descanso.

O Palácio de Vila Viçosa foi o ponto final desta bela viagem pelo nosso território ao encontro das histórias, do património e das gentes.

Foi uma experiência enriquecedora e memorável, repleta de aprendizagens e momentos especiais. O convívio foi simplesmente mágico! Cada momento que passamos juntos tem sido uma verdadeira celebração de amizade e alegria. Até mesmo nas pequenas paragens para esticar as pernas, o entusiasmo é palpável. As risadas ecoam, as conversas fluem e a energia é tão contagiante que é impossível não se deixar levar por

esse clima leve e divertido. Estes instantes, que poderiam parecer comuns, tornam-se inesquecíveis. Que continuemos assim, repletos de sorrisos e momentos que aquecem o coração!

Um agradecimento especial aos professores responsáveis pela realização da visita, Dra. Dília Sousa e Dr. Santos Castro.

Meia Praia

— António Ferraz

É este mar de luz transfigurada

Que me traz, com as marés, a tua voz.

E é tão inteira e clara e transparente

Como se o mar nos quisesse deixar sós!

— Fátima Guerra

Outono

— Etelvina Ferreira

Outono é um tempo de folhas caídas,

E de passos lentos sobre a velha estrada.

A vida se perde pelo vento embalada,

Esfumando-se no ar em marcas vividas.

A saudade que chega nas tardes vazias

Pintando as cores que não pode alcançar.

Minha alma geme, presa na esperança,

Duma antiga pintura cheia de alegrias.

Sinto o velho aroma dos dias passados.

Renascem as sombras na velha canção

E no silêncio mudo dos ventos calados.

Mesmo que esta vida persista em cair,

Há em cada folha um desejo encoberto

De mostrar o brilho que teima em surgir.

V Caminhada Nacional Sénior

No dia 30 de setembro, a Universidade Sénior de Gondomar teve o prazer de realizar a V Caminhada Nacional Sénior, promovida pela RUTIS. Inicialmente agendada para o dia 24 de setembro, a atividade precisou ser adiada devido às condições atmosféricas que não permitiram a realização deste evento.

A caminhada teve um percurso de aproximadamente 6 km, que se estendeu desde a Piscina Municipal de Gondomar até aos belíssimos Passadiços da Ribeira da Archeira. Foi uma manhã especial, repleta de convívio, onde todos puderam apreciar a beleza da natureza ao nosso redor, respirando ar puro e renovando energias.

Semana Aberta e Receção ao Aluno 2024/25

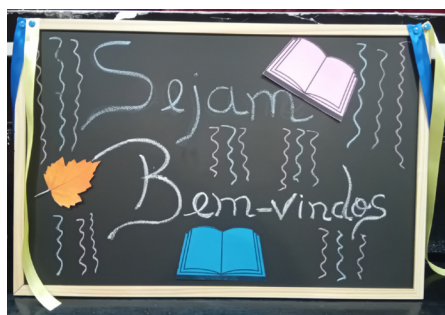
A receção aos novos e antigos alunos foi um sucesso!

Muita animação, novas experiências, convívio sadio, enfim, tudo aquilo que nos espera para este novo ano letivo que arrancou o mês passado.

A nossa primeira atividade da Semana Aberta de Receção ao Aluno do ano letivo 2024-25 foi uma Mega Aula de Dança, na qual todos se divertiram.

Na terça-feira, dia 8, o professor Xavier pôs toda a gente a mexer com muita alegria!

E, claro, não podiam faltar as cartoladas e bengaladas, uma brincadeira no espírito de amizade que desejamos para todos os que escolhem dar o passo corajoso de se juntarem a nós!

Contámos com a presença do Sr. Henrique Cardoso, Secretário da União das Freguesias Gondomar (S. Cosme), Valbom e Jovim, em representação de António Braz, que é o Presidente do Conselho Executivo da Universidade Sénior de Gondomar, para dar as boas-vindas a "caloiros" e "veteranos".

Queremos agradecer ao nosso Grupo de Danças Regionais e à Cantata e Tocata, bem como aos professores Eduarda e Fernando pela extraordinária atuação com que nos brindaram na quarta-feira.

Foi uma tarde muito bem passada, com a recriação de uma Desfolhada, onde todos participaram. Esta foi não só uma forma de reavivar um pouco de tradição mas também de a dar a conhecer, pois, para alguns dos participantes, esta foi a primeira desfolhada!

Na quinta-feira, a nossa atividade foi diferente do habitual.

O edifício que acolhe a USG já foi, em tempos, um Cine-Teatro, e, por uma manhã, voltou a passar cinema.

E, além disso, tivemos uma experiência já um pouco rara, pois o filme a que assistimos era um filme mudo, daqueles que os mais jovens não se lembram, em que as falas das personagens aparecem em cartões que ocupam a tela inteira.

Quase com cem anos, este filme é um tesouro do cinema americano: A FEBRE DO OURO, de 1925, escrito, realizado e protagonizado pelo eterno Charlie Chaplin, o fabuloso Charlot, que, tal como na sua vida pessoal, misturou neste filme drama e comédia tão sinceros que tornam a história intemporal.

A semana de receção aos alunos terminou na sexta-feira, dia 11, com a presença do nosso grupo de Poesia no Parque, bem como da Associação Social de Silveirinhos que, com a colaboração da Alexandra, da Ana, do Filipe e do João, contribuiram para uma tarde enriquecedora e divertida, com os seus jogos tradicionais.

Encerrando o programa de festas, no dia 18, os alunos da Universidade Sénior de Gondomar tiveram a oportunidade de participar numa visita guiada às seis pontes sobre o Douro, ícones da nossa cidade do Porto. Acompanhados pelo Presidente da União das Freguesias de Gondomar (S. Cosme), Valbom e Jovim, António Braz, os participantes desfrutaram de uma tarde muito divertida, repleta de convívio.

A visita não só proporcionou belíssimas vistas, mas também momentos de descontração e partilha entre todos. Os sorrisos e a boa disposição foram constantes, tornando este passeio uma experiência memorável.

1ª noite do ConVida deste ano letivo

No dia 19 de outubro, retomámos o ConVida, o espaço onde a conversa é o alimento para combater a indiferença e assim construir um mundo melhor.

O nosso primeiro ConVidado foi o Prof. Dr. José Alberto Rio Fernandes.

E foram muitos os que marcaram presença, seguindo os percursos que nos levam à felicidade a partir da Cidade e da Natureza na sua diversidade, enquanto espaços de Vida. Discutimos sobre como ter novas perspetivas sobre o espaço que habitamos e como este pode ser transformado para melhor se adaptar a nós e às nossas necessidades.

A poesia, enquanto inquietação e revelação da condição humana, marcou presença na voz da Maria José Moura Castro. Também se juntou a nós António Braz, Presidente do Conselho Executivo da Universidade Sénior Gondomar.

Foi, sem dúvida, uma excelente iniciativa que promoveu o diálogo e a interação entre todos os participantes e tornou esta noite tão especial.

O Mundo USG

— António Xavier Toni

"Ser Professor é, possivelmente, a mais nobre das ações, pois, na maioria das vezes, é o amor sua principal motivação. O amor por uma das mais sublimes atividades: o dom em transmitir conhecimentos...".

Ser professor de dança é muito mais do que ter eixo, girar, saltar ou mesmo ser flexível.

É muito mais do que figurinos extravagantes e muito maior do que se apresentar em espetáculos e festivais.

Ser PROFESSOR DE DANÇA é ter humildade para não se achar melhor que o resto do mundo, receber críticas e compreender que também erra. É querer ser corrigido e fazer parte de um eterno aprendizado, independente da idade ou do tempo em que exerça a sua função.

Ser professor de dança é ter disposição, todos os dias, para melhorar o que julgou como um bom desempenho no dia anterior. É dedicar-se a ensinar e saber que ensinar requer mais do que treino físico. É se doar para os outros. É ter uma meta diária constante: a de transformar corpos em movimentos que encantem. É passar cada passo no compasso, mas com sentimentos. É ser pura emoção, amor e respeito pelo que ensina e por quem recebe seus ensinamentos. É tentar, incessantemente, fazer com que o outro sinta sua essência para que possa transformá-la em alegria, beleza, leveza e graça.

Os melhores professores nem sempre são os que sobem no palco, ganham prémios, troféus e reconhecimentos. Os professores genuínos, aqueles de coração, são os que entendem que o maior palco que se é preciso enfrentar, é o da sua própria jornada, o do seu próprio caráter, das suas próprias decisões e da sua própria vida. São professores de alma os que escolheram essa profissão, mas que acima de tudo, também foram escolhidos por ela.

Envie os seus textos, fotografias ou pinturas para jornalalunosusg@gmail.com ou entregue-os na secretaria.

Partilhe memórias, reportagens, poemas, diários, crónicas, resenhas, canções, receitas, enfim, o que tiver na gaveta ou na cabeça e que tem de dar a conhecer aos seus colegas da Universidade Sénior de Gondomar!

E não se esqueçam que temos todos os textos (mesmo os que não cabem na edição impressa) na Internet, através de https://hermesusg.pt/